

# 亮亮不哭哭

苗栗縣苗栗市建功國民小學  
張韻純

## 壹、範例架構

- 一、名稱：亮亮不哭哭。
- 二、目標：校園生活及學習適應。
- 三、對象：低年級。
- 四、問題類型：亞斯伯格症孩子之輔導。
- 五、情境說明：

第一次看到亮亮，是在新生開學前幾天。細心的亮亮媽咪為了讓亮亮提早熟悉校園，所以帶亮亮到校園走走。當亮亮媽咪告訴亮亮我是他的老師時，他只是繼續漫走著望著遠處，彷彿在尋找什麼，也彷彿只是這樣望著。

從亮亮媽咪的口中，對亮亮有了初步的認識，也知道愛她的媽咪從幼稚園時即已察覺出亮亮的特別，並持續帶他進行感覺統合及注意力缺失的治療。只是我們都不知道，在即將來臨的校園規律生活中，還有一個我們從未認識的亮亮和一個陌生的名詞「亞斯伯格」。

開學後，與幼稚園大不相同的作息，帶給了亮亮和其他孩子們程度不一的衝擊。有時還沒來得及弄清楚狀況，一聲刺耳激動的哭喊聲，伴隨著幾乎同時的鼓譟聲，即已迫使我必須停下正在進行的課程。就如同一根點著的引線，開始向四周的易燃物試探著灼燒的燃點。一場場急來的烽火，著實把開學初的我燒得焦頭爛額。曾經一度，這些哭鬧幾成了我課室裡不得不的上下課鐘聲。

但轉念想著：荒地總亦有被無情的野火煉成良田的可能吧！於是開始像個遠古的人一般，為著每一個明天的糧秣該怎麼耕耘思索著…，偶爾也懊惱著…。

如今我和亮亮已一同升上二年級，班級雖稱不上太平，但已不若早先那般動盪，也較能及早發現，儘早緩解部分孩子們可能的浮動。關於亮亮的行為模式，也漸漸心有所譜，慢慢從雜訊中找到那可接聽到亮亮心中的頻道，相信只要亮亮不哭哭，專屬於我們之間的頻道就能愈聽愈清楚。

以下歸納條列簡述，關於我認識的亮亮：

### A. 社會互動困難：

1. 十分以自我為中心，常立即拒絕他人的建議或指令
2. 害怕失敗或落後，無論操作、習寫、考試…，其中如果被指出須更正、修改，常會激動的鬧脾氣。
3. 對於須輪流進行的活動，會不斷的問著：「什麼時候輪到我？」，不耐等待。
4. 與人溝通時，易偏離主題，常常會只就自己喜歡的部份，自顧自的一直說。
5. 十分介意同儕無意的動作或有意的恥笑。

B. 固著：對於環境或作息均十分固著，一旦稍有改變，即易感到焦慮。

C. 注意力弱：注意力易分散，很難專注持續於同一件事。唯於閱讀自己感興趣的書時例外。

D.聽覺敏銳：對於聲音極度敏感，突來的聲音或較大的音量易對他造成極大的驚嚇或不安。

E.精細動作困難：對於拉拉鍊、剪貼、撿拾小東西、…這類精細動作感到困難，並常會因此懊惱生氣。

F.口語表達不清：咬字發音常因急切而含糊不清，連帶影響其表達力。多以分散的單詞、短語表達己意，缺乏完整的句型架構。

G.行動力及態度欠積極：對於完成任務或課業只求有做，不積極求好。

H.情緒脆弱：以上因素均可能引發其情緒，一旦鬧情緒時，常以激烈的哭鬧或傷害自己的行為發洩。

六、採行策略：以下分就上述情形條列採行策略。

A.社會互動：

- 1.藉其喜愛閱讀的興趣，挑選適合的閱讀材料進行共讀，討論其中相關的問題解決策略，或進行角色扮演、表情模仿，啟發其同理心。
- 2.以具體圖示協助了解學習不同情境合宜的反應。
- 3.告知清楚的行為標準，協助適應團體規範，並保持適度的彈性，。
- 4.指導同儕給予尊重包容。
- 5.鼓勵同儕主動和他互動，增進並指導其社交禮儀技巧。
- 6.於同儕中建立榜樣，讓他在學習過程中有可依循的模範。

B.固著：

- 1.預先提早告知或與他共同規劃接續的作息，並於每一單一作息終了前，提醒即將結束並轉換下一作息的時間，如有臨時的更動，亦儘可能及早告知，給他充分的心理準備，避免其不安。
- 2.提供安全可預期的環境，及前後一致的例程序。

C.注意力：

- 1.進行眼神對焦的遊戲。如：隨著手指頭轉動眼球、在對方的眼睛裡互相尋找自己的影像、…。
- 2.進行觀察力的訓練。如：觀察前後圖案的差別，找出其中增減的圖形。
- 3.建立彼此的默契。如：聽到拍手兩下，即要目視師長。
- 4.與他對話的指令宜具體明確，並給予簡潔清楚的操作步驟。
- 5.調整座位，讓他能清楚看見老師。
- 6.讓他了解課程進行的時段與時限，並在兩個活動或課程中給予適度的休息。
- 7.配合課程或活動，運用不同的聲響、音調或動作吸引其注意。

D.聽覺敏銳：

- 1.以漸進的方式，讓她習慣並適應不同場合或環境中的各種聲響，並明白其代表的意義。
- 2.透過班級規範，讓課室或活動中的聲音單純有序，減少干擾。

E.精細動作：

- 1.將動作步驟細分成其能力可及的小單位，以增加動作完成的可能性，並適時給予讚美與鼓勵。
- 2.藉由球類、鞦韆、沙池、…等器材設施，鼓勵他多運動，以增進感覺統合的協調。



F.口語表達：

- 1.按照師長的範讀，練習重述句子，並指導他放慢說話速度，讓字句音節清楚明晰。
- 2.進行句子加長或重組等語文練習，增進其表達力。

G.行動力：

- 1.即時口頭讚賞，鼓勵其正確良好的表現。忽略其負面的不良行為，以消弱其發生的頻率。
- 2.以他為中心敘寫正向的故事或書信，強化正確的價值觀。

H.情緒：

- 1.當他不願順服時，提供方案，讓他有做選擇的機會。
- 2.指導他抒解情緒的方法。
- 3.鼓勵他畫畫寫寫，多表達自己的想法。
- 4.與他建立友好關係，讓他知道隨時可以舉手請求師長協助，取代以哭鬧表達求助的訊息。
- 5.當他情緒糾結時，可與他談論感興趣的人事物，轉移話題。
- 6.藉由其敏銳的聽覺，嘗試以舒緩的樂音，協助放鬆情緒。

七、進行流程：

從小一到目前的二上及未來的二下，對亮亮的輔導重點和計畫概略可整理為以下四階段。

時間	輔導目標	階段能力	實施步驟
一上	校園生活適應	◆能遵從上下課作息	1.引導亮亮熟悉校園內的聲音，並告知每個聲音代表的意義。說明有些聲音是安全的，有些聲音可能代表有危險。 2.指導亮亮區別哪些時間可以走動，哪些時間需要回到座位。
		◆能遵守明白班級規範	1.清楚告訴亮亮班級的榮譽制度及評核標準 2.勉勵亮亮只要盡了努力，就會有進步。不斷努力追求進步的人就是老師心中的好學生。
		◆有困難疑惑能舉手請求協助	1.讓亮亮明白錯誤並不可怕，只要能心平氣和改正，就是一種進步。 2.建立亮亮榮譽須靠表現贏得，非以哭鬧求的觀念 3.指導亮亮請求協助的方法
一下	課程學習適應	◆願意嘗試新事物	1.預先告知亮亮每日可能的課程與活動。 2.遇課程活動有調整時，亦要早一步告之亮亮。 3.引導陪伴亮亮嘗試新的課程與活動。
		◆能接受與面對挫折	1.告訴亮亮學習中的挫折並不丟臉，只要能在挫折中修正嘗試，學會了就很棒。 2.鼓勵亮亮凡事再試一下，就能接近成功。
		◆能肯定自己	引導亮亮從已習得的技能中，肯定自己「我能做得很好」，並告訴自己「我就知道我可以」。

二上	團體互動 融入	◆能與他人 眼神對焦	1.在進行每一個與他人的對話時，都先要求亮亮正視對方 2.經常和亮亮比一比，看誰能持續互視對方最久，不分神。
		◆能參與團 體活動	1.指導熱忱有愛心的孩子，主動邀約亮亮一同活動。 2.適時讚美與亮亮一同活動的同儕，讓其他同學亦能見賢思齊。 3.在活動中，清楚告訴亮亮可學習的榜樣，鼓勵他同榜樣同步一起做。
		◆能為他人 服務	在亮亮能力可及的範圍內，邀請亮亮替他人服務。
		◆能了解自 己的價值	引導亮亮透過服務，發現在團體中的價值與重要性
二下	良好習慣 養成	◆能自己整 理座位及 書包	清楚指導亮亮收整書包及座位的每一個步驟，並耐心等待他按部就班一一完成，給予讚美。
		◆能注重衛 生	1.引導亮亮明白注重衛生的重要。 2.在亮亮欲進行每一個與衛生相關的活動前，均儘可能依序清楚告知該注意的每一個小步驟。
		◆能保持整 潔	1.引導亮亮明白保持整潔的重要。 2.清楚告訴亮亮每日整潔該做到的事項，並叮嚀鼓勵他整日保持。 3.指導亮亮檢視並肯定自己已守諾做到的整潔項目。

※上述四大目標可同時並進，只是依不同時間的迫切需要，有其階段性的輔導重點。

#### 八、所需資源：

- 1.附件學習單、慈濟文化：「我做到了」系列、靜思文化：「童心系列」、「靜思系列」、天下雜誌：「我的感覺」系列等之相關書籍。
- 2.小丸子卡通系列DVD及播放系列。
- 3.球類、鞦韆、沙池、…等器材設施。
- 4.學校各處室的支持系統。

#### 九、效益評估：以下就前述情境分項說明。

##### A.社會互動：

- 1.已較能尊重對方，先完整聽完對方的話語，再表達自己。
- 2.與同儕互動增加。
- 3.從「誰來幫我？」轉變成「你可以幫我嗎？」，在鼓勵下，多數時間亦願意嘗試自己克服。
- 4.較能以平常心面對錯誤與分數等第，也愈能主動完成學習。

- 5.建能明白同儕善意的表情與關心，減少誤會，亦能學會寬恕他人的冒犯。
- 6.仍需經常提醒與他人眼神對焦。
- B.固著：對例行的作息幾乎均能遵行。只要預先告知可能的改變，亦能接受作息的調整。
- C.注意力：能專注的時間已較長，單仍須時時叮嚀拉回。
- D.聽覺敏銳：已能鎮定接受曾經聽過的突來聲響，並判斷其聲響是否有危險。
- E.精細動作：稍有進步，也較願意聽從他人的指令協助，一步步自己試試看。
- F.口語表達：口語表達之清晰度及句意的完整性均有進步。
- G.行動力：只要師長在旁鼓勵，多數時間均願意做得更好些。
- H.情緒：偶爾還是會鬧情緒，但時間已縮短許多，若師長能事先察覺可能引爆其情的端倪，便能及早化解避免。

## 貳、延伸學習

- 1.附件學習單。
- 2.慈濟文化：「我做到了」系列。
- 3.靜思文化：「童心系列」、「靜思系列」。
- 4.天下雜誌：「我的感覺」系列。
- 5.小丸子卡通系列。

## 參、回饋與建議

- 1.鼓勵家長多嘗試各種舒緩身心的按摩，並透過肢體的擁抱接觸，協助穩定亮亮的情緒，並增進睡眠品質。
- 2.雖亮亮已較樂於寫字，但速度仍慢，建議實施學習單時，可視情況調整為口頭回答，以避免其認知為一項作業，而減低興致。
- 3.多讓亮亮重述對方的話語，已明白其是否了解，同時亦可增進表達與組織的能力。
- 4.與亮亮溝通時，均先確定眼神對焦，方能有效溝通。
- 5.多引導亮亮每日透過睡前反思，肯定自己，期許明天。
- 6.經常告知亮亮：「我相信你可以...」，協助增進其信心。
- 7.指導同儕教他，而非一昧的幫助，以擺脫其依賴心。
- 8.不與他做無謂的爭執，待情緒緩和後，再行溝通分享，效果較好。
- 9.避免在班級內過度標榜名次，已減低其因挫折引發的負面情緒。
- 10.在生活中隨機指導，讓他明白排隊的重要性。師長並應公平對待隊伍中第一位及最後一位，已建立互信。
- 11.將在學校指導孩子的規儀，清楚與家長討論溝通，親師同步一致，讓孩子不致在雙重標準下無所依循。
- 12.讓亮亮使用功能佳，操作簡易的文具，避免因把玩小配件，引響其專注力，或因操作挫折，影響學習情緒。
- 13.多賦予他能力可及的任務，讓他肯定自己的價值。
- 14.細心觀察他的興趣喜好，再據以切入引導，時有令人驚喜的獲得。



## 肆、心路手札

初接下目前這個班級時，真的是一大挑戰，從前一個個上起來並不費力的單元，在夾雜著哭鬧、吼叫、喃喃怪聲，及翻倒桌椅、踢擊櫥櫃…的意外聲響中，該如何維持全班同學的基本上課權益，全都成了難題。還得緊繃神經不時留意，我的新兵是否一溜煙又少了幾個。這乃是我臥虎藏龍的班級裡，多位男主角領銜演出的戲碼。好不容易全班都平安放學了，總會懷疑著：是否自己根本就不適任？苦思著：明天該怎麼辦？

所幸在敷上不少跌打損傷藥後，老師我開始漸漸熟悉每位高手的武功招式，才不致讓這歹戲拖棚太久。

而決定分享其中亮亮的故事，是因為他有一位全心愛他、支持他的偉大母親。也是輔導能持續進行的關鍵。倘少了家長的助力，所有再優異的策略，效果也會大打折扣吧！

一直以來，亮亮媽咪是亮亮的精神導師，也是我的。那隨時有人可加油打氣、商量分享的堅強倚靠，給了我努力的動力。雖然我們也會有很無解的時候，但依然相信：做，就對了！

儘管亮亮的改變，仍只是緩步漸進的，但已足夠我們欣喜的帶著放大鏡尋找、發現，並點滴的告訴亮亮，為他拍拍手！而奇妙的是：亮亮的改變，也牽動了其他孩子的成長，讓他們多了一份友愛之心，亦發覺了自己能為他人做些什麼。感謝亮亮這個小福星，讓孩子們之間的互動，有了善的牽引。

一路行來，能在面對每一個狀況時，由治標的解除危機，到能事先察覺預防，進而嘗試引導成長，期間均經過了一番摸索。感謝有行政系統及教學團隊中許多師長們的隨時指導、支援、協助，更有亮亮媽媽的積極參與、配合，與其他家長、孩子的關懷、接納，讓亮亮的成長有愛相隨。

作家簡媜曾這麼說：「當老天給你荒野，祂是要你做一隻高飛的鷹。」如今，漸漸能體會其於我的啟發了。雖然，一切依舊是同志仍須努力，但：只要做，就有力量！

## 伍、參考資料

\*另類星兒---亞斯伯格症候群 張學岑醫師。

### 內容評析：

#### 一、學生問題行為：

- (一) 小一新生對校園生活(上下課作息、班級規範、請求協助)適應的困難。
- (二) 課程學習(嘗試新事物、面對挫折)的困難。
- (三) 團體互動融入(眼神對焦、參與團體活動)的困難。
- (四) 缺乏整潔次序(整理座位書包、保持整潔)的習慣，遇挫以哭鬧行為來表現。

#### 二、正向管教策略與技巧：

- (一) 透過與家長會談、與學生互動，對學生有客觀的評估與瞭解。
- (二) 根據詳細的評估結果，訂定輔導目標、和具體可行的實施步驟。
- (三) 結合家長、學校各處室支持系統和同儕力量，讓學生在校在家得到一致的管

教態度。

- (四) 老師本身高度的自我覺察，能穩定自己的情緒和運用支持系統，虛心學習，調整因應學生各種狀況的方法。
- (五) 對學生情緒的高度敏感，並能精確掌握情緒的來源，同理安撫，並提供正確的認知概念，進而引導出學生正向的情緒和行為。
- (六) 經由學習單活動，將新生適應學校生活的目標(學校學習、同儕關係、家人關係)與家人做了很好的想法與情感的交流，也增進學生自我的接納和瞭解。
- (七) 同儕對等關係的建立，培養個案自我照顧的能力和服務他人的習慣，也指導同儕教導他，而不是幫他完成，以減少他對同儕的依賴。

### 三、結果：

- (一) 口語表達有進步，也比較能適應活動的轉換，哭鬧情緒出現的頻率和持續時間都降低許多。
- (二) 學習的主動性和注意力都有增加。
- (三) 與同儕的良性互動增加。

### 四、其他：

- (一) 提供安全可預期的環境，協助個案進行學習，避免環境干擾，提高注意力；練習口語表達、指導精細動作、鼓勵積極行動與指導情抒解等，採行策略多元有效。
- (二) 規劃二年的輔導重點與目標，可看出教師的用心。
- (三) 延伸學習包括學習單、慈濟文化「我做到了」系列、靜思文化的「童心系列」、天下雜誌「我的感覺」系列...等。
- (四) 「只要做，就有力量」，教師的用心令人感動。

